

## 麻婆豆腐（5人分）



材 料	使用量	
豆腐（1.5 cm角切り）	2丁	
豚ひき肉	140g	
しょうが（みじん切り）	少々	
にんにく（みじん切り）	少々	
にら（3 cmの長さに切る）	50g	
サラダ油	小さじ1	
A {	しょうゆ	大さじ1強
	酒	大さじ1強
	赤みそ	20g
	砂糖	大さじ2
	豆板醤	小さじ1
	中華スープの素	小さじ1
	塩	少々
	片栗粉	大さじ1
ごま油	小さじ2	

### 【 作り方 】

- ① サラダ油、にんにく、しょうがをゆっくり加熱して香りを出してから、豚肉を入れてよく炒める。
- ② ①にAの調味料と水（50cc程度）を加え、一煮立ちさせる。
- ③ 豆腐を入れ、蓋をして中火で5～10分程煮る。
- ④ にらを入れさっと混ぜ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ ごま油を加えて仕上げる。

※水や塩加減は、味を見て調整してください。  
豆板醤の量もお好みで。  
※にらのかわりにねぎを使っても  
おいしいですよ。

